

PROPRIOCEPÇÃO PENSÊNICA: FERRAMENTA PARA O DESASSÉDIO MENTALSOMÁTICO

Leuzene Salgues*

Especialidade. Autopercepciologia.

Resumo. O artigo apresenta considerações sobre a propriocepção pensênica visando à autoconscientização quanto à produção de pensenes e a importância do desenvolvimento do mentalsoma para a qualificação do holopensene pessoal. Apresenta, ainda, as estratégias favoráveis ao desenvolvimento da propriocepção pensênica. Expõe os resultados relativos à maior autoconscientização dos próprios pensenes e reciclagens pensênicas, rumo à autopenalidade cosmoviológica. Conclui ser a propriocepção pensênica uma ferramenta útil para o desassédio mentalsomático e ampliação da capacitação parapsíquica pessoal em prol da qualificação da interassistência.

Palavras-chave: Desassédio mentalsomático; Interassistência; Propriocepção pensênica.

INTRODUÇÃO

Motivação. O aspecto motivador do desenvolvimento deste estudo foi a autoexperimentação da autora quanto à melhoria do holopensene pessoal, a partir dos benefícios obtidos com o investimento na autoconsciência quanto à produção de pensenes, favorecendo os processos interassistenciais.

Objetivo. O presente artigo visa apresentar a autopesquisa da autora na identificação da minimização de autassédios e heterassédios a partir de estratégias utilizadas para o desenvolvimento da propriocepção pensênica e consequente ampliação da produção de ortopensenes qualificadores do holopensene pessoal.

Tema. O tema deste estudo tem relação direta com três especialidade das Conscienciologia, elencadas em ordem alfabética:

* Engenheira Civil (UFPE) e Pedagoga (UFRN). Especialista em Neurociências. Mestre e Doutora em Educação (UFRN). Professora. Pesquisadora e voluntária da Associação Internacional dos *Campi* de Pesquisas da Conscienciologia (INTERCAMPI). Docente em Conscienciologia desde 1996.
leuzene_salgues@yahoo.com.br

Autopercepciologia. Segundo a autora, a Autopercepciologia abrange o estudo da autoconscientização, percepção de si, ações e reações pessoais, a partir das manifestações pensênicas (pensamentos, sentimentos e energias), comportamentais e atitudinais, multidimensionais, na intimidade do microuniverso consciencial ou nas relações com outras consciências.

Mentalsomatologia. É a especialidade que estuda o mentalsoma, o paracorpo do discernimento e suas consequências evolutivas para a consciência (Vieira, 1999, p. 40).

Pensenologia. Especialidade que estuda os pensenes (pensamentos, sentimentos e energias), a pensenidade e os pensenedores. A autopensenidade é o mecanismo incessante da consciência, em todas as suas manifestações, em qualquer dimensão consciencial. O pensene constitui a unidade de manifestação consciencial (Vieira, 1999, p. 42).

Metodologia. O levantamento das informações contidas neste artigo foi realizado através de duas fontes básicas utilizadas:

1. **Autopesquisa.** Estratégias autoinvestigativas e registro das experiências parapsíquicas ocorridas durante ou após os momentos de assédio e de desassedialidade.
2. **Impressos.** Estudo bibliográfico, incluindo livros, artigos e verbetes da Enciclopédia da Conscienciologia.

Organização. O artigo foi organizado em quatro partes: considerações iniciais sobre a propriocepção pensênica; as bases do autassédio e do heterassédio; relações entre a propriocepção pensênica e o desassédio mentalsomático; e as argumentações conclusivas.

I. CONSIDERAÇÕES INICIAIS SOBRE A PROPRIOCEPÇÃO PENSÊNICA

Autoconsciência. O corpo físico apresenta cinco sentidos: visão, audição, olfato, tato e gustação. Há, entretanto, uma variedade de modalidades somato-sensoriais essenciais às funções do organismo que não se encontram incluídos nessa lista. A consciência da posição do corpo, ou “propriocepção” é uma dessas modalidades, cuja existência é ignorada por algumas pessoas (Kendal et al, 2014).

Propriocepção. “É a sensação de si próprio (do latim *propius*, próprio). Os receptores nos músculos esqueléticos, nas cápsulas articulares e na pele permitem a

consciência da postura e dos movimentos do próprio corpo, particularmente dos quatro membros e da cabeça” (Kendal et al, 2014, p. 415).

Mapa. Trata-se do sentido que faz com que o cérebro desenvolva um mapa interno, sináptico, do corpo, de modo que se possam fazer atividades sem precisar monitorar visualmente o tempo todo. Assim, como os olhos e ouvidos mandam informações sobre o que a pessoa vê e ouve para o cérebro, partes dos músculos e articulações percebem a posição do corpo e enviam as informações pelos impulsos nervosos proprioceptivos até o cérebro. Por isso, devido à propriocepção, é possível planejar movimentos, por exemplo, tocar o próprio joelho, sem precisar olhar para saber onde ele se encontra no espaço.

Pensamento. Para David Bohm (1917 – 1992), se dissermos que o pensamento é um reflexo como qualquer outro reflexo muscular – apenas mais sutil e mais complexo e mutável –, então, nós devemos estar habilitados a sermos proprioceptivos com o pensamento. O pensamento deve estar habilitado a perceber seu próprio movimento e, nesse processo, deve haver consciência do movimento, da intenção de pensar e do resultado que o pensamento produz. O acompanhamento de como o pensamento vai sendo elaborado pode resultar em maior autoconsciência dos efeitos que o encadeamento de ideias pode produzir em nós mesmos (Bohm, 2005).

Definologia. Segundo a Enciclopédia da Conscienciologia, a propriocepção pensênica é a capacidade de a consciência perceber, reconhecer e acompanhar a produção e a variação dos pensamentos, sentimentos e energias nas automanifestações multidimensionais, podendo, ou não, controlar e manter o equilíbrio dos mesmos, em meio aos diversos estímulos internos e externos, obtendo maior discernimento quanto à própria realidade consciencial (Vieira, 2012).

Etimologia. A palavra propriocepção procede do idioma Inglês, *proprioception*, criada pelo neurocientista Charles Scott Sherrington, em 1906. O prefixo próprio provém do idioma Latim, *proprius*, "pertencente, adequado" e surgiu em 964. O termo (re)ception, deriva do idioma Latim *receptio*, "ação de receber", apareceu no Século XV. A palavra pensamento deriva também do idioma Latim, *pensare*, “pensar, cogitar, formar alguma ideia; pesar; examinar; considerar; meditar”. Apareceu no Século XIII. O vocábulo sentimento procede igualmente do idioma Latim, *sentimentum*, sob a influência do idioma Francês, *sentiment*, “sentimento; faculdade de receber as impressões físicas; sensação; conhecimento; fato de saber qualquer coisa; todo fenômeno da vida afetiva; emoção; opinião; bom senso”. Surgiu no Século XIV. O termo energia provém do idioma Francês,

énergie, derivada do idioma Latim, energia, e este do idioma Grego, *enérgeia*, “força em ação. Apareceu no Século XVI.

Sinonimologia: 1. Autopercepção pensênica. 2. Autoconsciência pensênica. 3. Autodiscernimento pensênico.

Antonimologia: 1. Inépcia pensênica. 2. Inconsciência pensênica. 3. Confusão pensênica.

Gradiente. O desenvolvimento da propriocepção pensênica requer esforços da conscin interessada, em gradiente que se estende desde a autoconsciência, quanto à produção dos próprios pensenes, até alcançar o autodiscernimento da autoprodução pensênica lúcida e cosmoética no mecanismo interassistencial evolutivo.

Pensenes. O pensene é a unidade de manifestação da consciência (Vieira, 2007, p. 208). O conjunto de pensenes produzidos, agregados ou consolidados pela consciência, constituem o holopensene pessoal (Vieira, 2003, p. 292).

Cérebro-paracérebro. Para a autora, na relação cérebro-paracérebro, a produção contínua de pensenes consolidam as conexões interneuronais cerebrais que reforçam as redes paraneurais do paracérebro, em consequência, em uma próxima ressonância, a rede parassináptica pode favorecer o desenvolvimento da pensenidade, desde a tenra idade, a partir do holopensene holobiográfico da consciência.

Processos. Segundo Shermer (2012, p. 21), a partir dos dados que fluem através dos sentidos, o cérebro, naturalmente, começa a procurar e encontrar padrões, aos quais infunde significado. O primeiro processo é a padronicidade, ou seja, a tendência de encontrar padrões significativos em dados que podem, ou não, serem significativos. O segundo processo é a acionalização, a tendência de dar aos padrões significado, intenção e ação. O cérebro procura e encontra evidências em um ciclo de reforço e confirmação.

Condicionamento. Para a autora, a tendência de encontrar padrões no processamento cerebral, implica que quanto mais consolidadas as trilhas sinápticas mais elas atuam como restringidores de novas produções pensênicas. Isso ocorre porque o cérebro tende a enquadrar todo novo conhecimento às redes neurais do "já conhecido" ou "já pensenizado", condicionando o fluxo dos pensenes e impedindo, de certa forma, a renovação pensênica e a compreensão e produção de ideias de vanguarda científica ou verpons, verdades relativas de ponta.

Mentalsoma. Novos conhecimentos poderão ser conquistados através do investimento na autocognição e no desenvolvimento e utilização dos atributos do

mentalsoma. Para isso, é imprescindível que a consciência interessada busque identificar os impeditivos pessoais para a conquista de uma vida mentalsomática.

II. AS BASES DO AUTASSÉDIO E DO HETERASSÉDIO

Assédio. O processo de assédio pode ocorrer a partir da própria consciência (autassédio) ou de outra(s) consciência(s) (heterassédio), situações descritas (Vieira, 2012), a seguir:

1. **Autassédio:** condição ou estado da conscin emocional, intelectual e energeticamente predisposta a se molestar autopensenicamente, com insistência importuna e patológica sobre si mesma, sem qualquer Higiene Consciencial nem autodisciplina ideativa, constituindo o embasamento para todo o tipo de heterassédio.

Sinonímia: 1. Autassedialidade; 2. Autopensenidade doentia; 3. Autassediopatia; 4. Antidiscernimento.

Antonímia: 1. Autodesassédio; 2. Intrusão pensênica doentia; 3. Heterassediopatia; 4. Autodiscernimento cosmoético.

2. **Heterassédio:** condição ou estado da conscin emocional, intelectual e energeticamente submissa ao assédio ou insistência impertinente de outra consciência inconsciente, energívora, ou consciente e mal-intencionada.

Sinonímia: 1. Heterassedialidade; 2. Intrusão pensênica doentia; 3. Heterassediopatia; 4. Heterobsessão.

Antonímia: 1. Antiassedialidade; 2. Autopensenidade doentia; 3. Autassediopatia; 4. Assistencialidade cosmoética.

Desorganização. O processo de heterassédio interconsciencial tem origem mais profunda, causa fundamental do distúrbio, na desorganização pensênica, ou seja, a conscin pensenicamente desorganizada cria intimamente um ambiente predisposto à submissão a outras consciências, também desorganizadas.

Marionete. A conscin heterassediada manifesta-se tal qual marionete, fantoche ou boneco, guiado por pensenes e cordões energéticos invisíveis que são manipulados por consciex(es) assediadora(s) que influencia(m) diretamente na suspensão da vontade, criticidade e autonomia do assediado. O processo ocorre a partir de brecha, traço ou físsura da personalidade vítima de assédio.

Efeitos. Os processos de autassédio e heterassédio podem gerar efeitos ou consequências superficiais ou profundas na conscin assediada, ao modo de 10 autotrafes

identificados nas manifestações pessoais da autora no processo autopesquisístico, elencados em ordem alfabética, a seguir:

01. **Autocoerção:** autoimposição; “insistir no tenho que”.
02. **Autocomplascência:** autoindulgência; “passar a mão na própria cabeça”.
03. **Autocontradição:** autoincoerência; “negar a si mesmo”.
04. **Autocorrupção:** autotraição; “investir em ganho secundário, antievolutivo”.
05. **Autodesorganização:** autoindisciplina; “manter vida de desregramento”.
06. **Autoengano:** autequívoco reiterado; “viver de ilusão”.
07. **Autoflagelação:** autossuplício; “manter autotortura pelos equívocos”.
08. **Autoimpotência:** autoinsuficiência; “afirmar para si: não posso”.
09. **Autossabotagem:** autobocote; “trabalhar contra si”.
10. **Autovitimização:** autodepreciação; “ter pena de si mesmo”.

Desassédio. Para eliminar o heterassédio, a conscin interessada há de investir no autodesassédio, a partir do desenvolvimento da própria organização holossomática, melhorando a automanifestação, conseqüentemente, os próprios pensenes, a pensenidade e as próprias energias conscienciais.

III. RELAÇÕES ENTRE A PROPRIOCEPÇÃO PENSÊNICA E O DESASSÉDIO MENTALSOMÁTICO

Desconforto. O processo gradativo de identificação de possíveis heterassédios foi sendo desenvolvido pela autora, a partir da autopercepção de desconfortos intraconscienciais ou interconscienciais, em relação a outras consciências, observado por: variação de humor, irritabilidade repentina, mal-estar físico ou emocional, impaciência, raiva, destrato ou acepção de outrem.

Racionalização. A própria consciência, através de dissonância cognitiva (Festinger, 1975), pode buscar justificativas e racionalizações para o próprio comportamento. Vale salientar que nem sempre as pessoas são bem sucedidas em suas tentativas de explicações para eliminar as incoerências pessoais.

Dissonância. A dissonância é a existência de relações discordantes entre cognições, sendo a cognição compreendida como qualquer conhecimento, opinião ou convicção sobre o meio, sobre si próprio ou sobre outrem. Ao longo da vida, toda pessoa experimenta situações geradoras de dissonância cognitiva.

Problema. Neste estudo, a análise da dissonância contribui para a autopesquisa da consciência que acessa os conhecimentos das verpons, as verdades relativas de ponta, e resiste a mudanças, permanece com comportamentos anacrônicos, incoerentes, discordantes, sem esforços necessários à consonância, no caso, com a evolução.

Hipóteses. Apesar das justificativas fracassadas, as incoerências continuam a existir e a denúncia, velada ou não, acarreta um grande desconforto psicológico gerador de comportamentos tais como:

1. **Enfrentamento.** A existência da incoerência ou dissonância cognitiva e o incômodo psicológico que ela provoca motivam a pessoa a procurar reduzi-la, buscando realizar a coerência ou consonância.

2. **Fuga.** A dissonância se manifesta e a consciência, além de procurar reduzi-la, evita situações e informações que possam aumentar o nível de dissonância.

Atributos. Muitos dos atributos conscienciais (associação de ideias, juízo crítico, intelecção, imaginação, autoconcentração, parapsiquismo, memória e autodiscernimento) podem ser utilizados de forma equivocada e imatura pela consciência assediada pelo mentalsoma, mantendo, assim, a recusa de enfrentamento das próprias incoerências. Ainda há quem justifique o hábito de fumar.

Recin. A necessidade de mudança, de padecer menos de inúmeros desconfortos, fez a autora optar pelo desassédio mentalsomático, com investimento na reciclagem intraconscencial (recin), buscando sistematizar os registros pessoais a fim de obter o calendário pessoal de possíveis heterassédios, contextualizando os incômodos pessoais para mapear “os gatilhos” dos autassédios, tráfegos a serem reciclados.

Profilaxia. Apesar do mapeamento realizado a partir dos desconfortos, a autora identificou que, no processo de autorreeducação consciencial autoproposto, era imprescindível desenvolver estratégias profiláticas à desorganização pensênica, a fim de proporcionar a si mesma um padrão de maior lucidez quanto ao acompanhamento das próprias reciclagens.

Remissão. Sob a ótica consciencioterapêutica, o investimento em uma vida mentalsomática, com o uso téatico e contínuo da racionalidade, a respeito de tudo, inevitavelmente levará à remissão de qualquer autassédio ainda remanescente na intraconscencialidade.

Autopesquisa. No processo de autenfrentamento e desenvolvimento da propriocepção pensênica a autora utilizou as seguintes técnicas, elencadas, a seguir, em ordem alfabética:

1. **Bioenergéticas.** Investimento no domínio bioenergético: 1. Práticas energéticas para a soltura holochacral, instalação voluntária do Estado Vibracional (EV) e circuito coronofrontochacral; 2. Mapeamento da sinalética energética pessoal.

2. **Grafopensênicas.** Utilização de planilhas: 1. Acompanhamento do calendário de assédio, registrando os desconfortos com a contextualização da respectiva situação; 2. Pensenograma (O que estou pensando?; O que estou sentindo?; Como estão as minhas energias?); 3. Análise crítica da produção pensênica.

3. **Reflexivas.** Aplicação das seguintes técnicas: 1. Análise do mal-estar (desconfortos ou emoções nocivas recorrentes); 2. Desencadeadores (traços, fissuras) da relação autassédio-heterassédio; 3. Checagem pensênica; 4. Reflexão de 5 horas.

Etapas. Durante a autopesquisa sobre a própria pensenidade, a autora constatou etapas subsequentes desencadeadas a partir do investimento na propriocepção pensênica e no desassédio mentalsomático. São elas:

01. **Pensenização.** Acuidade à produção ininterrupta de pensenes; eu penso.

02. **Descondicionamento.** Atenção ao comportamento reflexo da pensenidade, devido à influência do condicionamento físico-químico do cérebro. Fugir do fluxo uma ideia puxa a outra.

03. **Holossomaticidade.** Percepção dos efeitos dos pensenes sobre o holossoma.

04. **Pressão.** A atenção minuciosa às influências de holopenses alheios, de ambientes ou de outras consciências, na própria pensenidade.

05. **Criticidade.** A análise crítica dos próprios pensenes e identificação das incoerências evolutivas.

06. **Ressignificação.** Aplicação da inteligência evolutiva nos questionamentos pessoais para ressignificar os próprios pensenes, a partir do prioritário, no atual momento evolutivo.

07. **Reciclagem.** Utilização teática das ressignificações pensênicas na Recin e Recéxis.

08. **Interassistencialidade.** Investimento no aprendizado da parceria cosmoética com os amparadores e sofisticação gradativa das tarefas interassistenciais.

09. **Grafopensenidade.** Registro contínuo das experiências evolutivas reeducativas e renovadoras, a partir do autodidatismo e exemplarismo pessoal.

10. **Megapensenizações.** Ampliação gradativa do exercício de pensar grande, além das próprias dificuldades, rumo à conquista da autopensenidade cosmovisiológica.

Desperticidade. O ser desperto é o ser desassediado permanente total, homem ou mulher, plenamente autoconsciente da própria qualidade de desperticidade, dentro das tarefas da megafraternidade às consciências, capaz de servir de isca intra e extrafísica, assistencial, lúcida, na condição de epicon, mantendo oficina extrafísica (ofiex), através da prática diária da tenepes ou da tarefa energética pessoal de solidariedade (Vieira, 2012).

Objetivo. No processo evolutivo, a desperticidade é o objetivo, foco maior da consciência pré-desperta que almeja domínio bioenergético e maturidade consciencial, a fim de desenvolver tarefas interassistenciais cada vez mais complexas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Reeducação. Todo processo de reeducação exige autoconscientização do problema e esforços para desconstruir a dissonância cognitiva e os esquemas mentais cronificados. Desconstrução pautada no investimento no mentalsoma, nas reflexões e atitudes cada vez mais maduras até a consolidação de novas sinapses, parassinapses e implantação da recéxis.

Inteligência evolutiva. No processo reflexivo e mentalsomático dos desconfortos que a incoerência provoca é imprescindível aplicar a inteligência evolutiva nas análises, sem exacerbações emocionais, que favoreçam: as ponderações ante a situação decisória; o levantamento dos prós e contras evolutivos; o reconhecimento dos ganhos secundários mantenedores das incoerências; e a identificação das carências pessoais e dos traços pessoais maduros, imaturos e faltantes.

Amparo. O interesse em qualificar-se para a realização de melhor interassistência chama a atenção dos amparadores que buscam contribuir com *insights* e energias para que o processo de reeducação consciencial seja bem-sucedido. A autora expressa gratidão à presença dos amparadores, identificada em vários momentos ao longo do estudo realizado.

Resultados. Verifica-se que o desenvolvimento da propriocepção pensênica é uma ferramenta assistencial propulsora do desassédio mentalsomático, resultando na manutenção gradativa da higidez consciencial, necessária às tarefas interassistenciais, rumo à condição evolutiva da autopensênica despertológica.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, já investe na propriocepção dos pensenes que produz? Objetiva, de fato, a conquista da condição de desperto (desassediado permanente total)?

REFERÊNCIAS

BOHM, David; **O Diálogo: comunicação e redes de convivência**; 178 p.; 7 caps.; 2 índices; 11 refs.; 21 x 14 cm; br.; Palas Athena: São Paulo, SP; 2005; páginas 61-64, 109, 136-149.

FESTINGER, Leon; **Teoria da Dissonância Cognitiva**; 249 p.; 11 caps.; 57 refs.; 21 x 13 cm; br.; Zahar Editores: Rio de Janeiro, RJ; 1975; páginas 11-36.

KANDEL, R. et al; **Princípios de Neurociências**. 1531 p.; trad.: Ana Lúcia Severo Rodrigues et al; AMGH: Porto Alegre, RS; 2014; página 393.

SHERMER, Michael. **Cérebro & Crença**. 391 p.; trad.: Eliana Rocha; JSN Editora: São Paulo; 2012; página 21.

VIEIRA, Waldo; **Enciclopédia da Conscienciologia Eletrônica**; rev. Equipe de Revisores do Holociclo; CD-ROM; 2.146 verbetes; 300 especialidades; 8ª Ed.; Associação Internacional Editares; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Associação Internacional de Comunicação Conscienciológica (COMUNICONS); Foz do Iguaçu, PR; 2012; Verbetes: Autassédio; Heterassédio; Propriocepção Pensênica.

Idem; **Homo sapiens pacificus**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 413 caps.; 403 abrevs.; 38 E-mails; 434 enus.; 484 estrangeirismos; 1 foto; 37 ilus.; 168 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 36 tabs.; 15 websites; glos. 241 termos; 25 pinacografias; 103 musicografias; 24 discografias; 20 cenogra-fias; 240 filmes; 9.625 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21,5 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); & Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2007.

Idem; **Homo sapiens reurbanisatus**; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; 1.584 p.; 24 seções; 479 caps.; 139 abrevs.; 12 E-mails; 597 enus.; 413 estrangeirismos; 1 foto; 40 ilus.; 1 microbiografia; 25 tabs.; 4 websites; glos. 241 termos; 3 infográficos; 102 filmes; 7.665 refs.; alf.; geo.; ono.; 29 x 21 x 7 cm; enc.; 3ª Ed. Gratuita; Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Foz do Iguaçu, PR; 2004.

Idem; **Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano**; revisores Alexander Steiner; et al.; 1.248 p.; 18 seções; 525 caps.; 150 abrevs.; 16 E-mails; 1.156 enus.; 1 escala; 1 foto; 3 gráfs.; 42 ilus.; 1 microbiografia; 1 sinopse; 2 tabs.; 2 websites; glos. 300 termos; 2.041 refs.; alf.; geo.; ono.; 28 x 21 x 7 cm; enc.; 4ª Ed. rev. e aum.; Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1999.